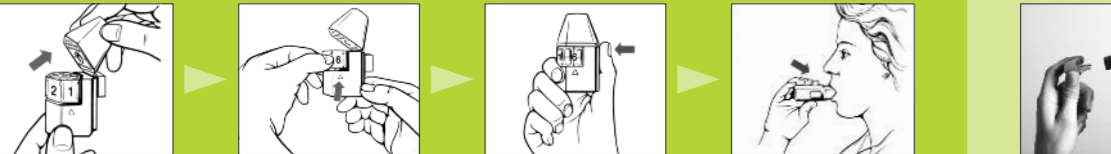


## INHALATOR M



- Åpne munnstykket (hvit del).
- Løft litt på magasinet og vri det med urviseren til pilen viser tallet som tilsvarer antall kapsler du vil sette inn. Sett inn kapsler. Trykk magasinet ned.
- Lag hull på kapselen ved å trykke inn hvit knapp.
- Pust ut (aldri gjennom inhalatoren). Lukk leppene rundt munnstykket og pust dypt inn. Hold pusten i 5-10 sekunder. Pust ut.

- Raba njálbmegeaži (vilges oassi)
- Lokte vehá magasiinna ja bonja dan diimmu mielde dassá njuolla čájeha dan logu man olu kapseliid áiggit bidjat sisa. Bija kapseliid sisa. Deaddel magasiinna vulos.
- Ráigga kapsela dainna vugiin ahte deattát vilges boalu sisá.
- Vuoiŋŋa olggos (ii goassege inhalatora čađa). Čárve baksamiiguin njálbmegeaži ja rohŋte vuoiŋŋahaga bures. Doala vuoiŋŋahaga 5-10 sekundda. Luoitte vuoiŋŋahaga.

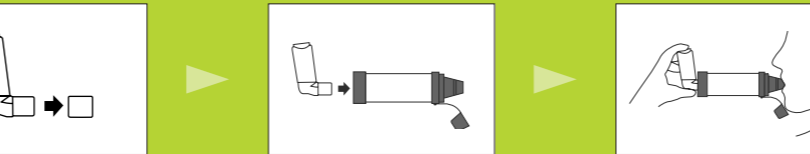
## SPRAY



- Hold sprayen mellom tommel og pekefinger. Ryst godt. Ta av hetten.
- La leppene slutte tett rundt munnstykket. Pust rolig helt ut gjennom sprayen.
- Trekk pusten rolig og dypt inn og trykk samtidig beholderen ned slik at en dose frigjøres.
- Pust rolig ut. Vent noen minutter før du gjentar behandlingen. Sett på hetten.

- Doala spráia belggiin ja čuvddiin. Šluvge bures. Válde skuohpu eret.
- Čárve baksamiiguin lávgasit njálbmegeaži birra. Luoitte vuoiŋŋahaga siivvut áibbas spráia čađa.
- Gease vuoiŋŋahaga siivvut ja čiekŋalit sisa ja deaddil seammás skáhu vulos nu ahte okta dosa luovvana.
- Luoitte vuoiŋŋahaga siivvut. Vuorðde moadde minuhta ovdal go geardduhat dálkkodanvuogi. Bija ala skuohpu.

## SPRAY PÅ KAMMER



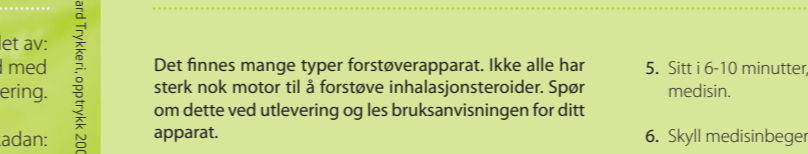
- Fjern hetten og rist sprayen kraftig 4-5 ganger.
  - Plasser sprayen i kammeret. Påse at munnstykket på sprayen peker rett inn mot kammeret.
  - Sett kammeret til munnen, spray en gang og pust rolig og dypt inn. Hold pusten i 5-10 sekunder.
- Obs: Bare en dose om gangen. Gjenta prosedyren ved flere doser.

## Spráia kámmeris



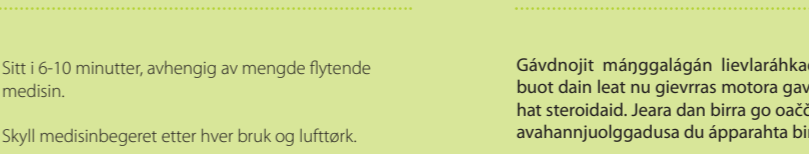
- Válde eret skuohpu ja šluvge spráia garrasit 4-5 gearddi.
- Bija spráia kámmerii. Várut ahte spráia njálbmegeahči lea bidjon njuolga kámmera sisaguvlui.
- Bija kámmera njálmmi ovdii, cirgal oktii ja gease vuoiŋŋahaga siivvut ja čiekŋalit sisa. Doala vuoiŋŋahaga 5-10 sekundda. Fuom: Dušše okta dosa hávális. Gearddut dagu dahje prose-dyra mánggain dosain.

## SPRAY PÅ KAMMER



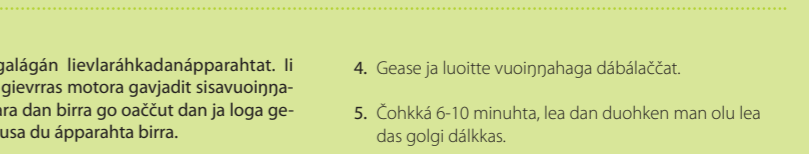
- Válde eret skuohpu ja šluvge spráia garrasit 4-5 gearddi.
- Bija spráia kámmerii. Várut ahte spráia njálbmegeahči lea bidjon njuolga kámmera sisaguvlui.
- Bija kámmera njálmmi ovdii, cirgal oktii ja gease vuoiŋŋahaga siivvut ja čiekŋalit sisa. Doala vuoiŋŋahaga 5-10 sekundda. Fuom: Dušše okta dosa hávális. Gearddut dagu dahje prose-dyra mánggain dosain.

## Spráia kámmeris



- Válde eret skuohpu ja šluvge spráia garrasit 4-5 gearddi.
- Bija spráia kámmerii. Várut ahte spráia njálbmegeahči lea bidjon njuolga kámmera sisaguvlui.
- Bija kámmera njálmmi ovdii, cirgal oktii ja gease vuoiŋŋahaga siivvut ja čiekŋalit sisa. Doala vuoiŋŋahaga 5-10 sekundda. Fuom: Dušše okta dosa hávális. Gearddut dagu dahje prose-dyra mánggain dosain.

## FORSTØVERAPPARAT

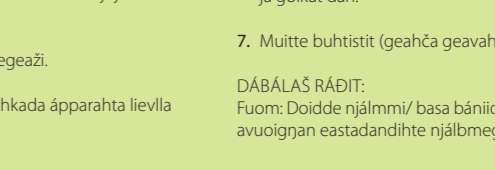


- Flytende medisin forordnet av lege has i begeret.
- Sett maske /munnstykke til munnen.
- Trykk på startknappen og apparatet lager en damp av den væskeholdige medisinen.
- Pust ut og inn som normalt.

## Lievlaráhkadanápparahta



- Gávdnojit mánggalágán lievlaráhkadanápparahtat. Ii buot dain leat nu gievrras motora gavjadit sisavuoiŋŋahat steroidaid. Jeara dan birra go oaččut dan ja loga geavahannjuolggadusa du ápparahta birra.
  - Gease ja luoitte vuoiŋŋahaga dábálaččat.
  - Čohkká 6-10 minuhta, lea dan duohken man olu lea das golgi dálkkas.
  - Doidde dálkkasdoasaža juohkeháve go leat geavahan ja goikat dan.
  - Muite buhtistit (geahča geavahannjuolggadusa)
- DÁBÁLAŠ RÁĐIT:  
Fuom: Doidde njálmmi/ basa bániid go leat steroidaid sisavuoiŋŋan eastadandihte njálbmeguobbara šaddamis.



Trykk: Møklegaard Trykkeri, opptrykk 2008

Utarbeidet av:  
Norges Astma- og Allergiforbund med støtte fra Helse og Rehabilitering.

Dán lea ráhkadan:  
Norges Astma- og Allergiforbund oktan Helse ja Rehabilitering doarjagiin.

**VEILEDER**  
RÁVVEHUS  
SAMISK

**Inhalasjonsmedisiner FOR VOKSNE**  
Sisavuoiŋŋahatdálkasat RÁVIS OLBMUID VÁSTE

Norges Astma- og Allergiforbund

HAR DU GOD NOK ASTMAKONTROLL?

Ta AstmakontrollTest på [www.naaf.no](http://www.naaf.no)

Hva gjøres ved akutt astmaanfall?

- behold roen og finn en behagelig stilling
- ta hurtigvirkende medisiner som legen har foreskrevet
- kontakt lege om pusten ikke bedres raskt

Få en vurdering av lege i etterkant for å kontrollere om du er godt nok medisinert.

Sørg for å ha et oppdatert egenbehandlingsskjema fra legen.

LEA GO DUS DOARVÁI BUORRE ÁSTMÁKONTROLLA?

Váldde Ástmákontrolla/Iskosa dáppe [www.naaf.no](http://www.naaf.no)

Maid galgá dahkat fáhkka ástmádohppehallamiin?

- doalat iežat jaskadin ja gávna vuogas saji gos vuoinnastat
- váldde dálkasiid mat jođánit doibmet ja maid doavttir lea mearran
- Váldde oktavuodá doaktáriin jus vuoinjahat ii buorrán jođánit

Geahčal manjil oažžut doavtterárvoštallama dáhkidan dihte leat go dus doarvái olu dálkasat.

Dáhkit oažžut doaktáris ođastuvvon iešdálkkodanskovi.

## DISKUS



- Vri lokket til høyre til det høres et klikk.
- Skyv hendelen fra deg så langt den kommer. En dose er klar.
- Pust rolig ut. Sett diskusen til munnen og la leppene slutte tett rundt munnstykket. Pust dypt inn gjennom munnen. Fjern diskusen og pust rolig ut.

Skyv tommelegrepet tilbake igjen til det høres et klikk. Den er nå klar for neste gangs bruk.

- Bija lohki olgeš guvlui dassá gullo šloahkeheamen
- Hoigat geavjja alddát eret nu guhkás go manná. Okta dosa lea dál váldinláhká.
- Luoitte siivvut vuoinjahaga. Bija diskusa njálmmi ovdii ja dolle baksamiiguin njálbmegeaži áibbas. Vuoinjåt čiekralit njálmmiin. Váldde dasto diskusa eret ja luoitte siivvut vuoinjahaga.

Hoigat belggiin fas manás dassá gullo šloahkeheamen. Dál lea válmmas nupes geavahit.

## AUTOHALER



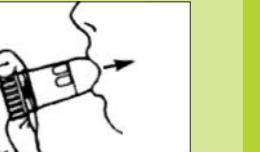
- Fjern beskyttelseshetten bakfra. Rist autohaleren.
- Hold autohaler loddrett og skyv opp lader. Pust ut.
- Ta munnstykket i munnen slik at leppene slutter tett rundt. Pust rolig inn og dosen vil komme automatisk. Hold pusten i 10 sekunder. Pust rolig ut. Sett på beskyttelseshetten.

Ved bruk av ny autohaler eller ubrukt i 2 uker: Løft opp laderen. Skyv på hvit pil på undersiden for å utløse et puff. Gjenta prosedyren en gang.

- Váldde eret suddjenskuohpu duogábeale. Šluvgge autohalera.
- Doala autohalera njuolga bajás ja hoigat laddera bajásguvlui. Luoitte vuoinjahaga.
- Váldde njálbmegeaži njálbmái nu ahte baksamat gokčet dan čavga. Gease vuoinjahaga siivvut ja dosa boahat automáhtalaččat olggos. Doala vuoinjahaga 10 sekundda. Luoitte vuoinjahaga siivvut. Bija sadjai suddjenskuohpu.

Go geavahišgoahat odda autohalera dahje jus dat ii leat geavahuvvon guovtti vahkkui: Lokte laddera bajás. Hoigat vilges njuola mii lea vulobealde nu ahte hoigása ovdos. Daga dan vel nupes.

## TURBUHALER



- Skru og løft av beskyttelseshetten. Hold turbuhaler med munnstykket opp. Vri dreieskiven frem og tilbake til det høres et klikk.
- Pust rolig ut men aldri inn i munnstykket.
- Plasser leppene rundt munnstykket og pust inn dypt og kraftig. Ta bort turbuhaler. Pust så rolig ut. Sett på beskyttelseshetten.

- Bonja ja lokte eret suddjenskuohpu. Doala turbuhalera nu ahte njálbmegeači lea bajásguvlui. Bonjas jorahandulbosa ovdos manás dassá gullo šloahkeheamen.
- Vuoinjra siivvut olggos muhto ii goassege njálbmegeaži sisa.
- Bija baksamiid njálbmegeaži birra ja vuoinjåt garrasit sisa. Váldde turbuhalera eret. Vuoinjra dasto siivvut olggos. Bija suddjenskuohpu sadjai.

- Åpne beskyttelseshetten og munnstykket ved å trykke de oppover. Plasser en kapsel i kammeret.
- Lukk munnstykket igjen til det høres et klikk.
- Trykk grønn knapp helt inn. Det er nå hull i kapsel. Pust godt ut.
- Trekk pusten langsomt og dypt inn, men raskt nok til å høre at kapselen vibrerer. Åpne munnstykket og kast brukt kapsel.

- Bonja ja lokte eret suddjenskuohpu. Doala turbuhalera nu ahte njálbmegeači lea bajásguvlui. Bija ovtta kapsela kámmerii.
- Deaddel ruoná boalu áibbas sisa. Dál lea ráigi kapselis. Vuoinjåt bures olggos.
- Gease vuoinjahaga siivvut ja čiekralit, muhto dan muttos jođánit fal ahte gulat kapsela sparaideamen. Raba njálbmegeaži ja bálkes adnon kapsela.

- Raba suddjenskuohpu ja njálbmegeaži dainna lágiin ahte deaddelat dan bajásguvlui. Bija ovtta kapsela kámmerii.
- Govčča njálbmegeaži dassá gulat šloahkeheamen.
- Deaddel ruoná boalu áibbas sisa. Dál lea ráigi kapselis. Vuoinjåt bures olggos.
- Gease vuoinjahaga siivvut ja čiekralit, muhto dan muttos jođánit fal ahte gulat kapsela sparaideamen. Raba njálbmegeaži ja bálkes adnon kapsela.

- Raba suddjenskuohpu ja njálbmegeaži dainna lágiin ahte deaddelat dan bajásguvlui. Bija ovtta kapsela kámmerii.
- Govčča njálbmegeaži dassá gulat šloahkeheamen.
- Deaddel ruoná boalu áibbas sisa. Dál lea ráigi kapselis. Vuoinjåt bures olggos.
- Gease vuoinjahaga siivvut ja čiekralit, muhto dan muttos jođánit fal ahte gulat kapsela sparaideamen. Raba njálbmegeaži ja bálkes adnon kapsela.

- Raba suddjenskuohpu ja njálbmegeaži dainna lágiin ahte deaddelat dan bajásguvlui. Bija ovtta kapsela kámmerii.
- Govčča njálbmegeaži dassá gulat šloahkeheamen.
- Deaddel ruoná boalu áibbas sisa. Dál lea ráigi kapselis. Vuoinjåt bures olggos.
- Gease vuoinjahaga siivvut ja čiekralit, muhto dan muttos jođánit fal ahte gulat kapsela sparaideamen. Raba njálbmegeaži ja bálkes adnon kapsela.

- Raba suddjenskuohpu ja njálbmegeaži dainna lágiin ahte deaddelat dan bajásguvlui. Bija ovtta kapsela kámmerii.
- Govčča njálbmegeaži dassá gulat šloahkeheamen.
- Deaddel ruoná boalu áibbas sisa. Dál lea ráigi kapselis. Vuoinjåt bures olggos.
- Gease vuoinjahaga siivvut ja čiekralit, muhto dan muttos jođánit fal ahte gulat kapsela sparaideamen. Raba njálbmegeaži ja bálkes adnon kapsela.